

SAMMANDRAG

Regelbunden riskbedömning av typ 2-diabetes på Kyrkoapoteket i Vasa

Mona Heikfolk

Apoteksfarmacins specialiseringsutbildning för provisorer, PD

Projektarbete 66 sidor, 5 bilagor (5 sidor)

Handledare för projektarbetet: Apotekare Stina Parkkamäki

Maj 2006

Typ 2-diabetes ökar explosionsartat i hela den industrialiserade världen och hör intimt ihop med det ständigt växande antalet överviktiga personer. Den finländska DPSstudien var den första i världen att visa att typ 2-diabetes kan förebyggas/skjutas på framtiden, om man i tid ändrar sina kost- och motionsvanor. Människorna måste dock få information om riskerna med sin livsstil och också konkreta förslag till ett hälsosammare liv.

Målet med denna undersökning var att på Kyrkoapoteket i Vasa utveckla en modell för regelbunden riskbedömning av individer med hög risk att få typ 2-diabetes genom att använda riskbedömningsblanketten för typ 2-diabetes och att tillsammans med den övriga hälsovården besluta vid vilka riskpoäng och vart högriskindivider skall slussas vidare från apoteket för noggrannare undersökningar samt att motivera personer med stor risk att insjukna i typ 2-diabetes att gå ner i vikt genom ändrade kost- och motionsvanor. I samband med denna undersökning tillfrågades Kyrkoapotekets kunder om deras åsikter om apoteket som aktiv deltagare i det preventiva folkhälsoarbetet. Under tiden september-december 2005 gjordes 65 riskbedömningar. Av testpersonerna var 71 % kvinnor och 29 % män. Mer än två tredjedelar var över 55 år. Av de testade männen var alla överviktiga (viktindex över 25 kg/m²), medan 61 % av kvinnorna var överviktiga. Endast 11 % av männen och 22 % av kvinnorna hade ett midjemått under riskgränsen (94 cm för män och 80 cm för kvinnor). 32 % av männen och 28 % av kvinnorna fick mer än 15 riskpoäng och uppmanades att ta kontakt med diabetessköterskan för noggrannare utredning. Blodsockret mättes på 35 personer, men ingen av dessa hade vid mättillfället alarmerande höga värden. Testpersonerna var mycket positiva till apotekets deltagande i preventivt folkhälsoarbete. De önskade konkreta råd för att äta hälsosammare, hitta lämplig motionsform och gå ner i vikt. I apotekets enkätundersökning i oktober 2005 önskade 35 % av de svarande (75 personer) att apoteket skulle erbjuda mätning av blodsockervärdet. Dessutom önskade 41 % kolesterolmätning och 39 % blodtrycksmätning på apoteket.

Via apoteken kan man nå också sådana högriskindivider, som inte har några andra kontakter med hälsovården. Apoteken har långa öppettider och personalen är kunnig. Riskbedömning av typ 2-diabetes är ett utmärkt sätt för apoteken att profilera sig som en viktig länk i hälsovårdskedjan.

Nyckelord: riskbedömning, typ 2-diabetes, apotek